

# benefit

## Caduta disastrosa

Phillip Mendez sale su un montacarichi e precipita da un'altezza di 22 metri. Il racconto del suo reinserimento professionale.

→ Pagina 4

////////////////

## Salti rischiosi

Dirt bike: la nuova disciplina trendy. Alcuni salti rischiosi sono considerati atti temerari.

→ Pagina 12

////////////////

## Incoscienza

Dieter Bänziger torna a casa in bici senza casco. Un infortunio lo costringe ad abbandonare il suo grande sogno.

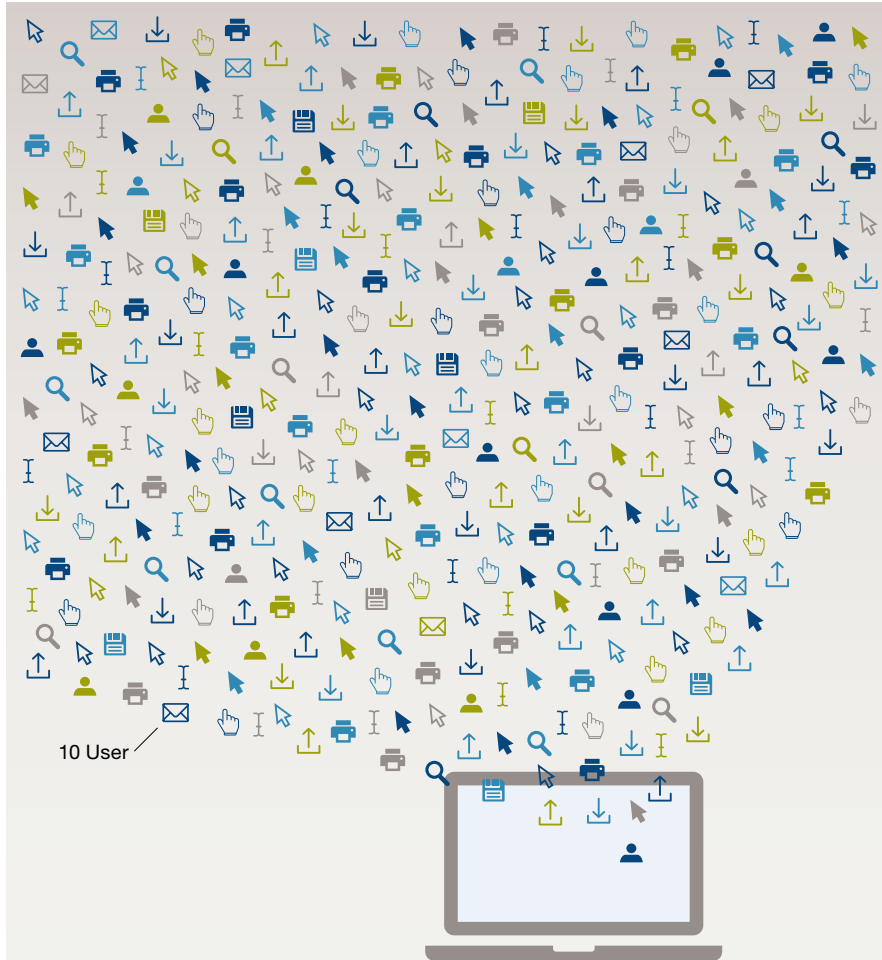
→ Pagina 20

////////////////



**suva**

più che un'assicurazione



10 User



# 3859

Dall'inizio dell'anno 3859 persone si sono già registrate su [www.suva.ch](http://www.suva.ch) e possono navigare nel nuovo sito dal portale clienti. Grazie all'account personale possono salvare in un unico posto le pagine tematiche o gli opuscoli digitali di loro interesse. Inoltre ricevono automaticamente una notifica quando una pubblicazione da loro contrassegnata viene modificata. In questo modo dispongono sempre degli ultimi aggiornamenti.

## Piove sempre sul bagnato

Un grave infortunio, seguito da otto mesi di inabilità lavorativa, è un duro colpo per la vittima e i suoi familiari. Se poi arriva anche la lettera di licenziamento, la situazione si fa davvero difficile. È proprio quel che è successo a Phillip Mendez.

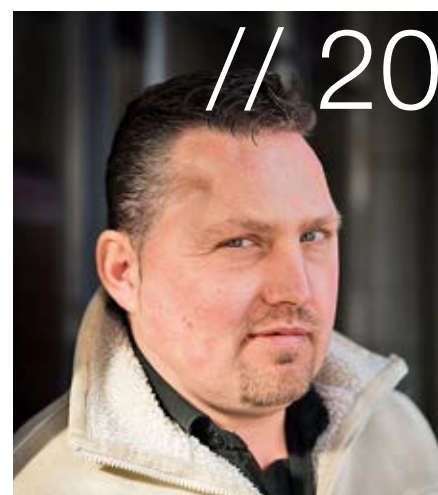
Quando sono andata a trovarlo e mi ha raccontato come è riuscito a tornare alla normalità, con tanta volontà e l'aiuto dei suoi cari, sono rimasta molto impressionata. Per il reinserimento nel mondo del lavoro è fondamentale la collaborazione tra famiglia, medici e datore di lavoro. Ma se non fosse stato così combattivo e determinato, Mendez non ce l'avrebbe fatta.

Vi auguro una splendida estate, con tanto sole ma senza scottature.

Buona lettura!

Regula Müller  
Caporedattrice «benefit»





**REPORTAGE**

**04 Dopo l'infortunio, il licenziamento**

Phillip Mendez, tecnico delle telecomunicazioni, riporta gravi ferite dopo la caduta da un montacarichi. Resta lontano dal lavoro per otto mesi e, nel frattempo, perde il posto. Nonostante tutto riesce a tornare alla vita lavorativa.

**ATTUALITÀ**

**10 Fair play sui campi di calcio**

Un grosso contributo alla prevenzione degli infortuni è dato dagli arbitri.

**11 Una parata con conseguenze dolorose**

**12 Attenzione ai trick in aria**

**13 Un infortunio in tribunale: di chi è la colpa?**

Un apprendista resta vittima di un infortunio per non aver contraddetto gli ordini ricevuti. In un processo simulato la Suva mostra di chi è la colpa e la responsabilità.

**14 Prolungare la copertura assicurativa**

**14 Chiedere aiuto all'Ombudsman**

**14 SOS: emergenza all'estero**

**14 Guida Suva: aggiornata e digitale**

**15 Gli incidenti in moto costano**

**15 Controlli nei cantieri**

**15 Chi paga in caso di morso di zecca?**

**16 CONCORSO**

**17 IL BUON ESEMPIO**

**18 COMPLIMENTI // NOTE A MARGINE**

**20 RITRATTO**

**22 NUOVE PUBBLICAZIONI**

# Dopo l'infortunio, il licenziamento

**Un grave infortunio obbliga il tecnico di telecomunicazione Phillip Mendez a star lontano dal lavoro per oltre otto mesi. Quasi contemporaneamente il suo datore di lavoro si vede costretto a licenziare tutto il personale perché deve cedere un'importante commessa a una ditta concorrente. Con tanta volontà e con il supporto della famiglia, del medico, del vecchio e nuovo datore di lavoro, Mendez trova la forza di reinserirsi nella vita professionale.** Testo: Regula Müller // Foto: Raffael Waldner

Phillip Mendez (55 anni) fa il lavoro che ha sempre voluto fare: il tecnico di telecomunicazione. Il suo compito è di garantire la piena funzionalità degli impianti per le applicazioni Internet, per la telefonia mobile e fissa. A questo scopo ispeziona e sottopone a manutenzione le antenne, i tralicci e gli impianti di telefonia mobile. Mendez cambia almeno tre volte al giorno il luogo di lavoro per ispezionare gli impianti nelle regioni di Berna e del Giura. «A volte ho l'impressione di essere un turista che si gira tutta la Svizzera. Ma, al contrario dei turisti, mi pagano per farlo». Mendez è nato nel Belize, nell'America Centrale, ma è cresciuto in California. La sua professione lo ha portato a scoprire luoghi nella Svizzera che altrimenti gli sarebbero rimasti del tutto sconosciuti. È particolarmente entusiasta quando si trova a riparare gli impianti sui tralicci o sui tetti delle case e quindi ha modo di ammirare il paesaggio dall'alto. Secondo lui non esiste un altro lavoro così bello e vario. Tuttavia il destino la pensa diversamente.

## Un volo di 22 m

Ma andiamo con ordine. In compagnia del suo collega Günther, il 4 luglio 2012 Mendez si sposta a Delémont nel Giura per risolvere un guasto nella trasmissione del segnale. L'impianto si trova sul tetto di un'azienda. «Giun-

ti sul posto, un impiegato ci ha accompagnato all'ascensore e ci ha detto che potevamo usarlo per salire sul tetto». Non si tratta però di un ascensore per persone, ma di un montacarichi particolare, costituito da una piattaforma e da una parete posteriore, che si aziona tirando manualmente una corda. «Sono salito sul montacarichi senza pensare minimamente a un possibile pericolo» racconta Mendez. Dopo di questo, non ricorda più nulla. Mentre insieme al suo collega si trova a un'altezza di 22 m da

---

## Prospettive professionali

È importante avere prospettive professionali dopo un infortunio. Perciò la Suva offre degli incentivi ai datori di lavoro per incentivarli a occupare i lavoratori infortunati. Gli incentivi per il reinserimento in azienda entrano in funzione quando non interviene l'Al. La Suva si assume i costi di reinserimento fino a un massimo di 20 000 franchi. Inoltre, in caso di reinserimento portato a termine con successo, versa un premio fino a 20 000 franchi.

→ [www.suva.ch/reintegro](http://www.suva.ch/reintegro)

---



Per lavorare come tecnico di telecomunicazione, Mendez ha bisogno di braccia e gambe in perfetta forma.



La sicurezza è d'obbligo: Mendez riflette continuamente su come potrebbe migliorare la sicurezza nel suo lavoro.

terra, le corde cedono per il peso eccessivo. I due precipitano a velocità impressionante. L'ambulanza li trasporta nel vicino ospedale di Delémont. Il collega se la cava con una leggera ferita al capo, mentre Mendez riporta fratture multiple al piede che si è piegato verso l'esterno di 90 gradi. Prima di valutare l'opportunità di un intervento, i medici devono attendere che il piede si sgonfi.

### Cento angeli custodi

La moglie di Mendez ricorda perfettamente la telefonata che le ha fatto il marito. «Quando mi ha detto che si trovava all'ospedale di Delémont ho pensato che vi avesse accompagnato un collega infortunato». Il racconto dell'incidente mette i brividi a Ilona Mendez perché poteva finire molto peggio. «Cento angeli custodi lo hanno protetto». Il giorno stesso Ilona si reca in treno a Delémont. Cosa che ripete ogni due giorni nelle due settimane successive. In quel periodo i due figli di 14 e 16 anni e la moglie sono in vacanza. Le visite dei suoi cari fanno molto bene a Mendez. «Mi annoiavo terribilmente in ospedale. Ma non appena mia moglie e i miei figli venivano a trovarmi, il tempo passava in un batter d'occhio». Per fortuna i medici e qualche infermiera parlano inglese. Così Mendez può scambiare due chiacchiere. Quando viene dimesso, ad attenderlo ci sono il suo superiore e il collega Günther.

### La lettera di licenziamento

La dimissione dall'ospedale non significa che Mendez è di nuovo abile al lavoro. Benché sia stato operato al piede, non è comunque in grado di lavorare. I medici hanno asportato dei frammenti ossei dall'anca per ripristinare in qualche modo la struttura del piede e fissare il tutto con l'ausilio di undici viti. La riabilitazione dura più di otto mesi. Otto lunghi mesi di noia. A parte le visite quotidiane dei medici e gli esercizi di deambulazione che compie a casa, l'allora cinquantenne non ha nulla da fare. «Mio marito era insoddisfatto e scontroso» afferma Ilona Mendez ripensando a quel periodo. Serviva tanta pazienza per riuscire a tirarlo su di morale. La situazione peggiora quando, tre mesi dopo l'infortunio, il medico curante scopre che anche la spalla sinistra aveva subito una grave lesione. «Avvertivo dolori alla spalla e non ero in grado di portare una bottiglia d'acqua alla bocca per bere. Pensavo che il dolore fosse dovuto alle contusioni». Così Mendez spiega il fatto che non ci si sia accorti della

## Consigli ai datori di lavoro in tema di reinserimento professionale

- Contattare personalmente l'infortunato quanto prima possibile.
- Notificare subito l'infortunio alla Suva.
- Andare a trovare l'infortunato e affrontare per tempo il discorso del rientro in azienda.
- Definire insieme all'infortunato le possibili fasi del reinserimento.
- Coinvolgere i familiari e gli amici dell'infortunato.
- Proporre all'infortunato di riprendere a tempo parziale o permettergli di svolgere una mansione alternativa adatta al suo stato di salute.
- Spiegare all'infortunato che la sua presenza in azienda è importante.
- Analizzare con l'infortunato le possibilità di impiego in azienda.
- Definire un profilo professionale da consegnare al medico.
- Contattare il medico curante dopo aver chiesto l'autorizzazione all'infortunato.
- Spiegare al medico il carico e le condizioni di lavoro dell'infortunato.
- Illustrare eventuali mansioni alternative e altre possibilità di reinserimento.
- Contattare l'agenzia Suva.
- Scegliere con cura il giorno del rientro al lavoro; preferire il giovedì o il venerdì per non affaticare subito l'infortunato.

lesione alla spalla. In effetti ha riportato la lacerazione di due fasce muscolari e dei legamenti. Segue una nuova operazione. «Per svolgere la sua professione, Mendez ha bisogno di gambe e braccia in perfetta forma» spiega Daniel Sägger, specialista in chirurgia ortopedica. «A causa della diagnosi, la riabilitazione ha subito un rallentamento e questo fatto è stato difficile da accettare per Mendez».

E visto che piove sempre sul bagnato, arriva anche la lettera di licenziamento. L'ex datore di lavoro di Mendez deve cedere la commessa di manutenzione all'azienda concorrente Ericsson. In questo settore capita molto spesso che la ditta che si aggiudica una commessa assu-

---

## Consigli per il medico in tema di reinserimento

- Informarsi sulla situazione lavorativa dell'infortunato.
  - Chiedere quali sono le opportunità di reinserimento in azienda.
  - Informarsi su eventuali mansioni alternative.
- 



Foto in alto: Mendez è tornato a praticare kickboxing.  
Foto in basso: Ilona e Phillip Mendez felici di aver ritrovato la normalità.

ma il personale della ditta precedente. Il vecchio superiore si impegna affinché i suoi collaboratori possano continuare a lavorare per il nuovo datore di lavoro. Quindi Ericsson assume la maggior parte dei tecnici di comunicazione.

### Con le stampelle a firmare il nuovo contratto

All'appello manca però Mendez, che all'epoca è inabile al lavoro al 100 per cento, e non si sa bene se potrà tornare a svolgere il suo vecchio lavoro. Il colloquio tra il case manager della Suva, il nuovo potenziale capo e Mendez porta a una soluzione: a Mendez viene offerto un contratto e inizierà a lavorare come tecnico di telecomunicazione presso la Ericsson una volta guarito. Se non sarà in grado di svolgere il vecchio lavoro, seguirà un corso di riqualificazione e si assumerà il coordinamento degli incarichi stando in ufficio. Il capo del personale di Ericsson, Patrick Mathys, dice: «Sfruttiamo le risorse interne di un'azienda multinazionale per ammortizzare le conseguenze di un'assenza e lasciare ai collaboratori il tempo necessario per reinserirsi nel mondo professionale». Per facilitare il reinserimento dei collaboratori, Ericsson punta sulle mansioni alternative, sul carico di lavoro flessibile e adattato alla situazione personale, sui frequenti contatti e colloqui con l'infortunato. Ericsson fa pervenire le news anche ai dipendenti assenti per lungo tempo e li invita a prendere parte agli eventi aziendali. Inoltre, se si sentono in grado di farlo, i collaboratori possono collegarsi via skype per seguire le riunioni importanti. Tutto ciò permette un rientro graduale. «Sono andato a firmare il contratto con le stampelle» ricorda Mendez. «Devo dire grazie per avermi assunto in queste precarie condizioni di salute».

### Dolori quotidiani

Oggi Mendez rivela di non aver mai preso in considerazione seriamente la riqualificazione professionale. «Per me, lavorare in ufficio è come stare in prigione». Il suo medico curante, Daniel Sägesser, è stupito dalla motivazione del paziente: «Voleva assolutamente tornare a fare il suo lavoro. Mi è capitato poche volte di vedere tanta determinazione e volontà in una persona».

Il nuovo contratto inizia il 1° aprile 2013. La Suva, il datore di lavoro e Mendez hanno concordato che sia Mendez stesso a decidere i tempi di ripresa del lavoro. «Ero così felice di tornare a lavorare che ho iniziato subito al 100 per cento». Mendez non è il solo a essere felice di rientrare in azienda. Anche la moglie tira un grande sospiro di sollievo nel vedere il marito uscire di casa ogni mattina per recarsi al lavoro. Pur di continuare a lavorare, Mendez stringe i denti, anche a quattro anni di di-



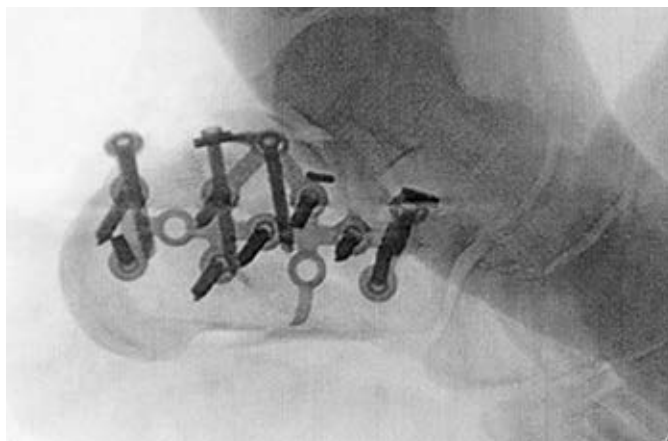
stanza dall'infortunio. Perché i dolori al piede sono rimasti. A causa delle viti il piede è rimasto rigido e non gli permette di camminare normalmente. Soprattutto quando va in salita o cammina nella neve, accusa forti dolori. «Sono stato testardo fin da piccolo e questo mi aiuta a sopportare i dolori».

### La routine è causa d'infortunio

Sebbene l'infortunio abbia rappresentato una cesura radicale per la famiglia, Ilona Mendez non nutre timori per suo marito. Certo, spera che ogni sera faccia ritorno a casa sano e salvo, ma fondamentalmente è una persona ottimista. «Inoltre, mio marito mi racconta sempre su quali tetti o tralicci deve salire». Anche i due figli hanno un lavoro o svolgono un apprendistato. Il minore, Shaian, assolve un tirocinio come operatore sociosanitario. La maggiore, Shania, ha seguito le orme del padre e lavora come tecnico dello spettacolo. Costruisce palcoscenici e installa i proiettori per eventi di vario genere. «Ho insegnato ai miei figli a ragionare con la loro testa. E sono certo che mia figlia sa bene quello che fa». Può solo raccomandarle la massima concentrazione sul lavoro. Pensare a quel che potrebbe succedere serve solo a distrarsi. «Se il lavoro scade nella routine non si sta attenti e allora capita l'infortunio».

### Le piattaforme online documentano gli impianti

Mendez, che nel frattempo lavora per Salt, riflette molto su come rendere più sicuro il lavoro. «Spesso ci troviamo di fronte a impianti perfettamente sconosciuti. Dobbiamo farci un'idea della situazione in pochi minuti». Questo può indurre a prendere la decisione sbagliata, come quando è salito sul montacarichi. Le proposte per migliorare la sicurezza sul lavoro sono ben accette in azienda. Una decisione presa in comune da tutti i tecnici di tele-



Undici viti per ripristinare la struttura del piede.

## Consigli per i familiari in tema di reinserimento

- Andare a trovare spesso il paziente.
- Concordare insieme i giorni e gli orari di visita.
- Rassicurare il paziente in merito al suo futuro.
- Dimostrargli che si ha ancora bisogno di lui.
- Dargli pieno sostegno anche dopo che ha concluso la terapia.
- Introdurre dei «rituali» quotidiani (ad es. pranzare insieme).
- Avere pazienza.
- Informarsi sulle conseguenze dell'infortunio.
- Motivare il paziente a svolgere attività semplici.

comunicazione ha portato alla creazione di una piattaforma online sulla quale sono documentati fotograficamente tutti gli impianti di telecomunicazione di Salt. Un tecnico può quindi farsi un'idea della situazione prima di arrivare sul posto. In questo modo sa come accedere all'impianto e conosce i punti in cui si rischia di precipitare o di farsi male. «I colleghi apprezzano molto la piattaforma. È utile e dà sicurezza».

➔ [www.suva.ch/reinserimento](http://www.suva.ch/reinserimento)



Cosa sapete effettivamente sul reinserimento?  
Rispondete al nostro quiz e vincete dei buoni viaggio per un valore totale di 5000 franchi.  
[www.suvacare-quiz.ch](http://www.suvacare-quiz.ch)

# Fair play sui campi di calcio

**Gli arbitri non mostrano solo il cartellino giallo o rosso, ma contribuiscono anche a prevenire gli infortuni in campo. Proprio per questo motivo, la Suva rafforza la collaborazione con gli arbitri dell'Associazione Svizzera di Football (ASF).**



La scritta sulla maglietta dell'arbitro invita al fair play.

L'operato degli arbitri è giudicato in due modi: se hanno condotto bene la gara, non ne parla praticamente nessuno. Se invece commettono anche un solo errore, non la passano liscia. «Ci vuole tempo per farci il callo» dice Patrick Graf, responsabile del Dipartimento arbitri presso l'ASF.

Graf è stato attivo per oltre 15 anni e ha diretto centinaia di partite. Anche se ormai non scende più in campo, ha mantenuto inalterata la sua passione per l'arbitraggio. «Fare l'arbitro è una scuola di vita».

## Prevenzione degli infortuni

L'arbitro è una figura fondamentale che «svolge un ruolo molto importante anche nella prevenzione degli infortuni in campo» afferma Philippe Gassmann, responsabile della campagna alla Suva. E aggiunge che un infortunio su tre nel calcio è causato da un fallo. Per questo motivo la Suva collabora da anni con l'ASF. Per fare qualche esempio concreto, i tornei di

calcetto e i tornei aziendali sponsorizzati dalla Suva impiegano arbitri tesserati per dirigere le partite. Gli arbitri usufruiscono inoltre delle offerte mediche della clinica di riabilitazione della Suva a Sion.

La Suva vuole conferire un'importanza maggiore agli arbitri. A partire da giugno la prevenzione degli infortuni verrà integrata ufficialmente nei corsi di formazione e aggiornamento degli arbitri. A tale scopo la Suva ha prodotto tre video in collaborazione con l'ASF che verranno mostrati durante i corsi di formazione. Inoltre la Suva sarà visibile nelle partite di Coppa con una nuova scritta sulla maglia degli arbitri. Patrick Graf si dice molto soddisfatto: «Ogni infortunio evitato grazie alle nostre misure di prevenzione è un successo per noi». //scd

➔ [www.suva.ch/calcio](http://www.suva.ch/calcio)

## La parola al direttore sportivo



Christoph Spycher, direttore sportivo dello YB, a proposito di fair play nel calcio professionistico.

### Cosa significa per lei il fair play?

Significa rispettare le regole. Chi gioca a calcio vuole vincere, ma non a scapito di valori come il rispetto dell'avversario, la tolleranza o l'onestà. Specie dopo la partita è importante trattare con rispetto e fair play l'avversario, sia in caso di vittoria che in caso di sconfitta.

### Perché tiene così tanto al fair play?

Il calcio è uno sport che gode di grandissima popolarità e richiama molta gente negli stadi. Gli spettatori imitano spesso il comportamento dei loro beniamini. Perciò è tanto importante che i giocatori diano il buon esempio in campo.

### Crede davvero che si possa conciliare fair play e successo?

Un giocatore può dare il massimo in campo e giocare una partita con tanta grinta pur rispettando l'avversario. Ovviamente il calcio vive di emozioni e agonismo. Nessuno vuole vedere i giocatori in campo che si lasciano rubare la palla senza opporre resistenza, ma ci sono dei limiti che vanno sempre rispettati. Ad esempio, non ledere l'incolumità dell'avversario.

# Una parata con conseguenze dolorose

**Un infortunio può mettere a repentaglio l'esistenza di un lavoratore indipendente. Lo sa bene Markus Dittli (51 anni) che dopo un infortunio sportivo è rimasto lontano dal lavoro per quasi due mesi. Grazie all'assicurazione per imprenditori della Suva, il garagista indipendente ha comunque potuto affrontare con serenità questo periodo di inattività.**

Markus Dittli si ricorda ogni particolare dell'infortunio capitatogli l'estate di due anni fa. Con alcuni amici si era iscritto a un torneo di calcetto. Lui giocava in porta. «Nella terza partita, un giocatore avversario è entrato in area e ha tirato con violenza». Dittli ha cercato di parare il tiro, ma il pallone gli ha letteralmente piegato la mano sinistra che si è subito gonfiata. I sanitari hanno applicato del ghiaccio e Dittli ha pensato a una forte distorsione. Ma si sbagliava. Dopo tre

settimane di dolore incessante, si è deciso ad andare dal medico. La diagnosi non lasciava dubbi: frattura del polso e lunga assenza dal lavoro.

## **Lieto dell'aiuto**

Un duro colpo per il garagista indipendente di Edlibach (ZG). Di lavorare non se ne parlava proprio, e i due operai non potevano certo compensare l'assenza del titolare. Per fortuna Dittli aveva stipulato l'assicurazione per imprenditori della

Suva che gli ha versato un'indennità giornaliera pari all'80 per cento del guadagno assicurato e ha assunto i costi dell'ergoterapia. «Chi ha un'azienda propria è lieto di avere un'assicurazione pronta a darti una mano in simili circostanze» racconta Dittli.

Lo sapevate che l'assicurazione per imprenditori non ha franchigia né aliquota percentuale? Le spese di cura sono assunte al 100 per cento e saldate direttamente dalla Suva. Quindi l'assicurato non deve anticipare denaro. Le prestazioni garantite dalla Suva vanno ben oltre quelle offerte da altri assicuratori privati o casse malati. L'eventuale rendita viene versata oltre l'età pensionabile, ossia vita natural durante e viene adeguata periodicamente al rincaro.

## **Semplicità nel disbrigo**

Per fortuna l'infortunio non è stato molto grave e dopo un mese e mezzo il garagista ha ripreso a lavorare in officina. Dittli trova solo parole di lode per l'assistenza offerta dall'assicurazione per imprenditori: «Apprezzo molto che tutto si sia svolto senza complicazioni e intoppi burocratici».

E quali sono le sue future ambizioni calcistiche? «Con il calcetto ho chiuso» risponde Dittli. «Andare in campo una sola volta l'anno? Alla mia età non può che finire male» dice con un sorriso. // mpf

➔ [www.suva.ch/imprenditori](http://www.suva.ch/imprenditori)



Dopo l'infortunio Dittli ha ripreso a lavorare senza problemi. // Dominik Wunderli

**i** I lavoratori indipendenti non sono assicurati d'obbligo contro gli infortuni e le malattie professionali. L'assicurazione per imprenditori della Suva colma questa lacuna.

# Attenzione ai trick in aria

**Da molto tempo la mountain bike non è più uno sport riservato a pochi, ma vanta un gran numero di appassionati. Ciò nonostante, chi si espone a pericoli eccessivi rischia di vedersi ridotte le prestazioni assicurative in caso di infortunio. Che cosa è assicurato e perché i biker dovrebbero frequentare un corso di guida condotto da un esperto?**

Indipendentemente dalla disciplina sportiva, la Suva considera come atti temerari assoluti i salti acrobatici con la bici. Chi compie salti in aria, fa ruotare la bici intorno al proprio asse, toglie le mani dal manubrio o i piedi dai pedali non è assicurato integralmente. La Suva riduce le prestazioni in denaro, in particolare le indennità giornaliere e le rendite, almeno del 50 per cento agli sportivi che si infortunano effettuando simili trick pericolosi. In questo modo fa proprie le raccomandazioni della commissione ad hoc infortuni LAINF, di cui la Suva fa parte insieme ad altri assicuratori infortuni.

## Salti rischiosi

A spingere la commissione ad hoc a formulare queste raccomandazioni è stata una sentenza pronunciata nel gennaio 2015 dal Tribunale federale in materia di dirt bike. Il tribunale ha definito questa disciplina sportiva come variante del ciclismo praticata su terreni con collinette artificiali di argilla e altri ostacoli. Con la bici si compiono cosiddetti jump per fare dei trick spettacolari in aria. Questa disci-

plina sportiva è considerata al pari di un atto temerario assoluto poiché non è possibile ridurre il rischio a un livello ragionevole.

## Rispetto e attrezzatura adeguata

Tra gli atti temerari ricordiamo anche le gare di mountain bike in fuoristrada (downhill) compreso l'allenamento sul circuito di gara. Chi pratica mountain bike in maniera normale o fa salti senza trick rischiosi è di regola assicurato integralmente. Queste attività sono considerate alla stregua di un atto temerario relativo; se necessario, l'assicurazione infortuni verifica se sono state violate le comuni regole di sicurezza. Prima di arrivare a ridurre le prestazioni si considerano vari fattori, per esempio se lo sportivo si avventura su un terreno difficile privo dell'attrezzatura e della necessaria esperienza. Per l'istruttore di guida Beat Stirnemann non c'è alcun dubbio: chi vuole fare fuoristrada deve migliorare la propria abilità di guida (vedi intervista). // hga

→ [www.suva.ch/atti-temerari](http://www.suva.ch/atti-temerari)

## La parola all'esperto



Beat Stirnemann, responsabile di Swiss Cycling MTB, tiene dei corsi di tecnica di guida nelle aziende assicurate alla Suva.

### Quali sono le difficoltà per chi fa fuoristrada?

Chi va in MTB deve essere in grado di muoversi su vari tipi di terreno: ghiaia, pietrisco, prati, radici. Per riuscirci bene deve apprendere una tecnica di guida particolare. Le doti di equilibrio sono essenziali.

Chi usa la bici ogni giorno non dovrebbe avere problemi, giusto?

Chi ha acquisito la tecnica classica nello sci di fondo non per forza è in grado di fare pattinaggio. La stessa cosa vale per la MTB. A seconda del grado di difficoltà è bene frequentare un corso di guida sotto la guida di un esperto.

### Quali sono le cause più frequenti di infortunio?

Spesso gli sportivi si fidano eccessivamente delle proprie abilità e non valutano la situazione in modo corretto. I nostri corsi di guida sono concepiti in base alle conoscenze dei partecipanti e al tipo di bici utilizzata. Una volta acquisite le nozioni fondamentali, si lavora per migliorare le capacità tecniche. L'obiettivo è di promuovere la voglia di fare sport a contatto con la natura.



Chi si infortuna con un atto temerario deve aspettarsi una riduzione delle prestazioni assicurative.



Informazioni sul modulo «tecnica di guida» alla pagina [www.suva.ch/moduliperlaprevenzione](http://www.suva.ch/moduliperlaprevenzione)

# Apprendista vittima di un infortunio

**Un apprendista di 17 anni cade da un'altezza di quattro metri mentre si trova su un carrello elevatore. Benché si fosse reso conto del pericolo, non ha osato dire STOP e segnalarlo ai suoi colleghi. Questo è solo un esempio, ma la caduta avrebbe potuto verificarsi realmente e il caso finire in tribunale. Di chi è la colpa in un caso come questo? Chi è responsabile?**



Il caso: un apprendista cade da un'altezza di 4 m mentre si trova su un carrello elevatore.

Lunedì mattina c'è grande fermento alla Migliori e figli SA, una ditta attiva nel settore della copertura di tetti, lattoneria e impianti sanitari. Le previsioni annunciano bel tempo e ci sono parecchi lavori da sbrigare all'esterno. Il capomagazziniere chiede a un dipendente di andare a prelevare del materiale che si trova sul ripiano più alto di una scaffalatura. Secondo le prescrizioni di sicurezza occorre prelevare la paletta con il carrello elevatore e posarla a terra prima di ritirare il materiale, ma il tempo stringe e il dipendente decide di far salire l'apprendista su una paletta vuota già sulle forche del carrello. Davide Bernasconi, apprendista al terzo anno, esita ma poi esegue l'ordine. Quando arriva all'altezza del materiale da prelevare, perde l'equilibrio e cade.

Prendendo spunto da questa dinamica, basata su un fatto vero, la Suva vuole attirare l'attenzione sulle conseguenze penali (colpa) e civili (responsabilità) di un simile dramma. Il processo verrà simulato il 31 agosto a Friburgo (in francese) e l'11 e il 21 settembre a Berna e Regensdorf (in tedesco). Le iscrizioni sono già aperte.

## Sensibilizzare i responsabili

Ai processi simulati parteciperanno un vero procuratore pubblico, giudici e avvocati professionisti che discuteranno davanti a un pubblico composto da titolari aziendali e responsabili della sicurezza sulla situazione di tre imputati: il titolare

d'azienda e maestro di tirocinio, l'esperto aziendale della sicurezza e il conducente del carrello elevatore. Questa simulazione mira a sensibilizzare i partecipanti sulle particolari esigenze da soddisfare in materia di sicurezza sul lavoro quando si impiegano degli apprendisti. // c3c

## Più infortuni tra gli apprendisti

Ogni anno circa 19 000 apprendisti subiscono un infortunio professionale in un'azienda assicurata presso la Suva. Il rischio di rimanere vittima di un infortunio professionale per gli apprendisti è di circa il 50 per cento superiore rispetto a quello di un collega con esperienza. La campagna «Tirocinio in sicurezza» mira a ridurre questo rischio e a portarlo allo stesso livello di quello dei colleghi più esperti, offrendo misure e strumenti adatti ai responsabili e ai formatori. [www.suva.ch/tirocinio](http://www.suva.ch/tirocinio)

## Iscrizioni:

- [www.suva.ch/gerichtsevent2017](http://www.suva.ch/gerichtsevent2017) (ted.)
- [www.suva.ch/eventtribunal2017](http://www.suva.ch/eventtribunal2017) (fra.)

# Prolungare la copertura assicurativa



Chi lascia il posto di lavoro o beneficia di un congedo non pagato è assicurato contro gli infortuni non professionali per 31 giorni a partire dall'ultimo giorno di lavoro. Lo stesso vale per le persone che non hanno più diritto all'indennità di disoccupazione. L'assicurazione convenzionale permette di colmare questa lacuna. Con un premio di 45 franchi al mese si può prolungare la copertura assicurativa obbligatoria contro gli infortuni non professionali per un massimo di sei mesi. L'assicurazione può essere stipulata e pagata sul sito della Suva. La stipula deve avvenire prima che scada la copertura provvisoria di 31 giorni dall'ultimo giorno di lavoro o dalla data in cui cessa il diritto all'indennità di disoccupazione. // rmu

→ [www.suva.ch/assicurazione-convenzionale](http://www.suva.ch/assicurazione-convenzionale)

## Chiedere aiuto all'Ombudsman

Gli assicurati non sono sempre d'accordo con le decisioni della Suva. Divergenze di opinione in merito all'estensione della copertura o all'ammontare dell'indennità di liquidazione sono solo alcuni dei possibili motivi di disaccordo. In queste situazioni gli assicurati non sono lasciati a se stessi, ma possono rivolgersi all'Ufficio dell'Ombudsman, purché non sia ancora stata emanata una decisione LAINF. «Mediamo situazioni di conflitto e rispondiamo a domande riguardanti il diritto assicurativo» spiega l'Ombudsman Martin Lorenzon. Il servizio è gratuito per gli assicurati. L'Ufficio dell'Ombudsman elabora proposte e formula raccomandazioni al fine di trovare una soluzione extragiudiziale. Non può però obbligare nessuna delle parti a un determinato comportamento o a una determinata prestazione. Inoltre, la richiesta di intervento dell'Ufficio dell'Ombudsman non interrompe la decorrenza dei termini. // rmu

→ [www.ombudsman-assurance.ch](http://www.ombudsman-assurance.ch)



## SOS: emergenza all'estero

Noi tutti vogliamo goderci le vacanze senza stress e senza preoccupazioni. Subire un infortunio in questo periodo di meritato riposo è particolarmente sgradevole. Con Assistance gli assicurati Suva sono protetti e beneficiano anche all'estero di un servizio di assistenza medica, tutela e consulenza. Se necessario, Assistance organizza per esempio il trasferimento nell'istituto medico più adatto, anticipa le spese mediche e predispose il rimpatrio in Svizzera. // rmu

→ [www.suva.ch/assistance-i](http://www.suva.ch/assistance-i)

## Guida Suva: aggiornata e digitale

La pubblicazione «Guida Suva all'assicurazione contro gli infortuni» è stata integralmente rielaborata e comprende la versione aggiornata della Legge federale sull'assicurazione contro gli infortuni (LAINF). La Suva si adopera per mettere a disposizione documenti aggiornati a costi contenuti. Per questo motivo la nuova direttiva è disponibile solo in formato digitale. Il documento PDF offre molte funzioni utili:

- ricerca a testo intero (nei contenuti, commenti, segnalibri)
- possibilità di navigazione, segnalibri
- commenti personali
- marcature personali
- rimandi, link ad articoli di legge e siti web (admin.ch)
- disponibilità offline
- accessibilità da dispositivi mobili

È inoltre possibile essere informati automaticamente sugli aggiornamenti della guida. A tal fine è sufficiente cliccare su «Contrassegna» e poi registrarsi sul sito web della Suva. // rmu

→ [www.suva.ch/guida](http://www.suva.ch/guida)

## Gli incidenti in moto costano



Bel tempo, tracciati invitanti e paesaggi suggestivi: condizioni ideali per mettersi in sella e godersi un momento di assoluta libertà. La moto esercita su un grande fascino, ma c'è un però: i costi degli incidenti motociclistici sono decisamente superiori a quelli degli altri veicoli stradali perché i centauro riportano lesioni più gravi. Politraumi e fratture fanno lievitare del doppio i costi di un incidente in moto rispetto a un incidente automobilistico (rispettivamente 20 000 e 10 000 franchi nella media dell'ultimo decennio). L'Ufficio prevenzione infortuni dà consigli utili per prevenire gli incidenti in moto ed evitare costi elevati. // iso

➔ [www.upi.ch](http://www.upi.ch)

### Impressum

Editore: Suva, casella postale, 6002 Lucerna  
Tel. 041 419 51 11, fax 041 419 58 28  
[www.suva.ch](http://www.suva.ch); [benefit@suva.ch](mailto:benefit@suva.ch)

### Redazione:

Regula Müller (rmu)

### Ideazione e impaginazione:

Tina Braun

### Hanno collaborato a questa edizione:

Alois Felber (afe), Gabriela Hübscher (hga), Serkan Isik (iso), Nadia Gendre (gnc), Charlotte Chanex (c3c), Daniel Schriber (scd), Stefan Kühnis (stk), Benedikt Weibel

### Traduzione italiana:

Guasso Marco, Roland Koller, Silvia Trevisan

### Foto:

Keren Bisaz, Fabian Scheffold, Raffael Waldner, Dominik Wunderli

### Illustrazione:

Hahn+Zimmermann

### Per ordinazioni o cambi di indirizzo:

Suva, Servizio clienti, casella postale, 6002 Lucerna  
Tel. 041 419 58 51, fax 041 419 59 17  
E-mail: [servizio.clienti@suva.ch](mailto:servizio.clienti@suva.ch)  
Riproduzione autorizzata con citazione della fonte.  
«benefit» è pubblicato quattro volte l'anno.

La rivista è prodotta a impatto zero sul clima:  
[www.myclimate.org](http://www.myclimate.org)

### Il modello Suva

#### I quattro pilastri della Suva

- La Suva è più che un'assicurazione perché coniuga prevenzione, assicurazione e riabilitazione.
- La Suva è gestita dalle parti sociali: i rappresentanti dei datori di lavoro, dei lavoratori e della Confederazione siedono nel Consiglio della Suva. Questa composizione paritetica permette di trovare soluzioni condivise ed efficaci.
- Gli utili della Suva ritornano agli assicurati sotto forma di riduzioni di premio.
- La Suva si autofinanzia e non gode di sussidi.

## Controlli nei cantieri

La Suva dedica molte risorse ai controlli nei cantieri. Nel settore dell'edilizia e delle finiture, infatti, si verificano ogni anno più di 50 000 infortuni. Per sei o sette settimane l'anno, la Suva intensifica i controlli. In questo arco di tempo cinque specialisti della sicurezza si recano in un migliaio di aziende per verificare in particolare il rispetto delle regole vitali. Se le violazioni sono gravi, possono decidere di bloccare i lavori sul cantiere. L'obiettivo è di sostenere le imprese nelle loro attività di prevenzione, affinché possano offrire posti di lavoro sicuri. Anche la Affentranger Bau AG a Altbüron attribuisce molta importanza alla sicurezza sul lavoro. Sottoscrivendo la Charta della sicurezza si è impegnata a rispettare sistematicamente le regole vitali. «I controlli della Suva nei cantieri ci aiutano a far sì che tutti i lavoratori conoscano le regole vitali. Solo così riesco a adempiere i miei obblighi in materia di sicurezza sul lavoro» conclude il direttore Markus Affentranger. // iso



## Puntura di zecca: chi paga?

La puntura di una zecca è pericolosa se l'insetto veicola un agente patogeno. I batteri del genere Borrelia causano infezioni della pelle, delle articolazioni, del sistema cardiocircolatorio e di quello nervoso che possono essere curate con antibiotici. L'assicuratore contro gli infortuni assume i costi delle cure poiché la puntura di una zecca è considerata un infortunio. Secondo la legge l'infortunio è un influsso dannoso, improvviso e involontario apportato al corpo umano da un fattore esterno straordinario. // rmu

➔ [www.suva.ch/dossier-zecche](http://www.suva.ch/dossier-zecche)

# I lati oscuri del sole

Dal mese di aprile, a volte anche prima, i raggi solari sono talmente forti da poter nuocere alla salute. È quindi importante, soprattutto per chi lavora all'aperto, proteggersi dai raggi UV, anche quando le temperature non sono ancora estive. La protezione migliore contro il sole è l'abbigliamento. Sulla pelle scoperta bisogna applicare più volte uno strato generoso di crema solare. E per non danneggiare gli occhi è bene mettere gli occhiali da sole. I raggi solari raggiungono la massima intensità nei mesi di giugno e luglio. Durante questo periodo si consiglia di indossare una protezione per la nuca, una bandana o un berretto con visiera.

Lo sapevate? Due terzi dei raggi UV che colpiscono la superficie terrestre si concentrano tra le 11 e le 15, momento della giornata in cui è meglio stare all'ombra. Le superfici chiare o metalliche, l'acqua o la neve riflettono i raggi UV intensificandone l'effetto. In montagna i raggi UV hanno un'intensità maggiore rispetto all'Altopiano.

## Domanda

Quante persone che lavorano all'aperto si ammalano ogni anno di tumore alla pelle?

## Risposte

**A Circa 100**

**B Circa 1000**

**C Circa 10 000**

→ [www.suva.ch/concorso](http://www.suva.ch/concorso)

→ [www.suva.ch/caldo](http://www.suva.ch/caldo)

❖ Termine di partecipazione: 14 luglio 2017



**1°** premio: borsa Freitag

**2°** premio: buono Ikea del valore di 200 franchi

**3°** premio: macchina da tè Special T

**4°-10°** premio: selfie stick

## Soluzione dell'ultima edizione

Quanti infortuni professionali da lievi a molto gravi si verificano ogni anno in Svizzera?

B: 250 000 infortuni

→ [www.charta-sicurezza.ch](http://www.charta-sicurezza.ch)

❖ I vincitori sono stati informati per iscritto. I loro nomi sono pubblicati su [www.suva.ch/benefit-i](http://www.suva.ch/benefit-i).



# Sicurezza nei lavori in quota

In certe situazioni non si possono usare parapetti, ponteggi o piattaforme elevabili per proteggere i lavoratori e si devono trovare soluzioni ad hoc per evitare un infortunio dovuto a una caduta dall'alto. Il personale va istruito sull'uso corretto dei dispositivi di protezione.



I dispositivi anticaduta sono importanti anche nel settore elettrico. // Dominik Wunderli

«Ci capita spesso di lavorare a un'altezza di due o più metri» dichiara Kurt Wernli, direttore e formatore professionale alla Jost Elektro AG. A quest'altezza bisogna proteggersi dalle cadute e sapere utilizzare correttamente i dispositivi anticaduta. Il minimo errore può rivelarsi fatale.

## Sperimentare in prima persona

Tutti i lavoratori che eseguono interventi in quota devono seguire un corso obbligatorio di un giorno. La prima parte è teorica. «La teoria è importante» spiega Wernli «ma ci vuole anche l'applicazione pratica». Durante la pratica i partecipanti imparano a indossare e regolare correttamente un'imbracatura anticaduta. Il programma prevede anche una prova di sospensione a mezz'aria nell'imbracatura anticaduta e l'uso di diversi cordini. Altri punti sono il salvataggio semplice in discesa, il corretto posizionamento dei feriti, le basi di pronto soccorso e l'uso dei dispositivi antitrauma da sospensione. Secondo Wernli durante queste esercita-

zioni i lavoratori si rendono conto veramente delle forze che agiscono su un corpo in caduta e queste serve a loro ad utilizzare i dispositivi anticaduta in modo corretto.

## Sensibilizzare, sempre

«Siamo un'impresa a conduzione familiare» aggiunge Wernli. «La salute dei nostri dipendenti e apprendisti ci sta molto a cuore e facciamo tutto il possibile per proteggerli dai pericoli. Loro ce ne sono riconoscenti, come dimostrano le reazioni positive ricevute dopo la formazione». Finora l'impresa non ha registrato alcun infortunio dovuto a una caduta dall'alto. E la situazione deve rimanere tale anche in futuro.

Per continuare a sensibilizzare anche i lavoratori più navigati i corsi che si svolgono presso la Soba Inter AG a Fislisbach saranno riproposti a intervalli regolari. // stk

➔ [www.suva.ch/regole](http://www.suva.ch/regole)

## La parola all'esperto



Alois Blum, ingegnere di sicurezza alla Suva, si esprime sull'uso dei dispositivi anticaduta presso la Jost Elektro AG.

### Quanto sono importanti i dispositivi anticaduta nel settore elettrico?

Anche in questo settore capita di dover intervenire in tempi brevi. Gli addetti chiamati a eseguire dei lavori di installazione o manutenzione sui tetti oppure su macchine e impianti industriali sono esposti al rischio di caduta dall'alto. Già in fase di preparazione dei lavori occorre chiarire se è possibile adottare delle misure di protezione tecniche o se bisogna ricorrere ai DPI anticaduta.

### In quest'ultimo caso è necessaria una formazione pratica?

Certo, la formazione pratica permette di trasmettere e consolidare le conoscenze sull'uso corretto di questi dispositivi. Gli addetti che lavorano con i DPI anticaduta non devono solo conoscere l'esatta procedura da seguire per un determinato intervento, ma devono anche saperla applicare.

### In che modo le regole vitali contribuiscono alla sicurezza sul lavoro?

Le regole vitali permettono di riconoscere situazioni potenzialmente pericolose e di dire STOP in caso di irregolarità. I vademecum sono un ottimo strumento per spiegare le regole direttamente sul luogo di lavoro e servono anche a fare un ripasso delle proprie conoscenze.

## «Non obblighiamo nessuno»

Alla fine del 2014 l'aeroporto di Ginevra ha lanciato la campagna di prevenzione «I feel good» per promuovere la sicurezza, la salute e il benessere tra il personale. I diretti interessati hanno accolto l'iniziativa con entusiasmo. La campagna, tuttora in corso, invita i dipendenti a prendersi cura della propria salute.

Testo: Nadia Gendre // Foto: Keren Bisaz



Da quando è stata avviata la campagna «I feel good», le assenze tra il personale dell'aeroporto di Ginevra sono diminuite del 20 per cento.

L'aeroporto di Ginevra impiega un migliaio di persone con oltre 200 professioni diverse. Circa l'80 per cento degli addetti ha orari di lavoro irregolari in settori che richiedono concentrazione, precisione, resistenza allo stress e una buona condizione fisica. In passato, per promuovere la salute, l'aeroporto organizzava azioni mirate per ogni servizio, senza riuscire però a conseguire i risultati auspicati. Così è nata l'idea della campagna «I feel good» che si concentra su un determinato aspetto per un periodo di tempo prolungato. Per coinvolgere il maggior numero possibile di persone vengono organizzati diversi workshop, parallelamente a un'intensa campagna di comunicazione attraverso i canali interni.

### Entusiasmo contagioso

Sono le 13:00. Quindici persone sono sdraiate su un tappetino con gli occhi chiusi. Ascoltano attentamente la voce dell'istruttore di yoga e dimenticano lo stress del lavoro. I temi del 2017? Forza mentale e benessere. «I corsi che i partecipanti possono seguire a pagamento nel tempo libero hanno registrato il tutto esaurito in meno di due ore» afferma l'ideatore del programma José Calve-

lo, ingegnere di sicurezza e specialista della sicurezza sul lavoro e della protezione antincendio.

I workshop sull'alimentazione e l'attività fisica, organizzati nel 2016, hanno ottenuto lo stesso successo. «Prima non mangiavo quasi mai frutta, oggi è diverso» racconta Frédéric Reuge, responsabile del team di controllo degli accessi. «So soprattutto che per bruciare le calorie contenute in una barretta di cioccolato dovrei saltare alla corda per un quarto d'ora». Oggi cerca di camminare di più e solleva i carichi cercando di non sovraccaricare la schiena. L'esperienza è stata più che positiva anche per Philippe Ducrest, vigile del fuoco aeroportuale. Le sue abitudini alimentari non erano del tutto sane. Oggi cerca di mangiare in modo più equilibrato. Per lui sono state molto utili anche la consulenza ergonomica e le raccomandazioni per evitare i colpi di sonno. «Nel nostro mestiere la disattenzione è una delle principali cause di infortunio».

### Un investimento a vantaggio di tutti

«Oltre a farci uscire dai nostri uffici, i workshop creano un nuovo senso di appartenenza» dichiara Xavier Wohl-

schlag, responsabile di progetto all'aeroporto di Ginevra, che ha organizzato anche l'iniziativa «Aérothon» durante la quale, tra mezzanotte e le quattro del mattino, 800 dipendenti hanno passeggiato, fatto jogging o pedalato in bicicletta sulla pista di rullaggio.

Il costo annuo delle campagne si aggira attorno agli 80 franchi a persona. Parallelamente l'aeroporto ha adeguato gli orari e riorganizzato i posti di lavoro, laddove necessario. «Anche se in qualche caso abbiamo speso più del previsto, non rimpiango assolutamente nulla, viste le reazioni e gli effetti positivi» spiega Xavier Wohlschlag. «I dipendenti sono il nostro bene più prezioso ed è giusto investire nella loro salute. Inoltre una persona soddisfatta lavora in modo molto più efficiente».

#### L'unione fa la forza

Le campagne sono state realizzate in collaborazione con la Suva e l'upi. Le iniziative «I feel good» si accompagnano a una gestione sistematica delle assenze e a diverse misure volte ad accorciare i tempi di rientro sul posto di lavoro. Una strategia azzeccata, visto che dal 2014 le assenze sono diminuite di almeno il 20 per cento. A rendere possibile questo risultato è stata la collaborazione tra il «Safty Office», la direzione, le risorse umane, il medico del lavoro e la divisione comunicazione e marketing. Proprio questo lavoro di squadra ha fatto del progetto «I feel good» un marchio di successo. «È una campagna che piace al personale» dichiara José Calvelo. «Non vogliamo fare i moralisti e non obblighiamo nessuno. Diamo consigli utili in tema di salute, con un pizzico di umorismo». I consigli sono supportati da alcuni personaggi di fumetti. Con il tempo i dipendenti si sono lasciati coinvolgere e hanno iniziato a cambiare le proprie abitudini.

Ovviamente l'aeroporto di Ginevra continuerà a registrare le assenze per malattia o infortunio. Dati alla mano, il programma «I feel good» dimostra però che è possibile motivare il personale a prendersi più cura della propria salute.

## Ganzo o saggio?

Gli idoli della mia gioventù scalavano l'insidiosa parete nord dell'Eiger con in testa un semplice cappello di feltro nonostante il pericolo di caduta di sassi. Quando agli inizi degli anni '60 ho visto i primi alpinisti indossare il casco, ho pensato: «Wow, devo averne assolutamente uno anch'io». Così il mio compagno di arrampicata mi ha procurato un casco da cantiere che indossavo con grande orgoglio: mi sentivo davvero ganzo. Poi ho comprato un vero casco da alpinista cui devo, tra l'altro, la vita dopo una caduta da 30 metri. Nel frattempo si sono diffuse le immagini dei grandi arrampicatori scattate nel Parco di Yosemite in California e nelle Gole del Verdon in Francia, che proponevano nuovi status symbol tra cui l'imbrago e il sacchetto portamagnesite. Che emozione vedere i campioni di questa disciplina, a torso nudo, con i pantaloni aderenti, restare appesi con un braccio a un piccolissimo appiglio e passarsi il magnesio sulle mani con un gesto di estrema eleganza prima di proseguire l'arrampicata sulla parete liscissima. I capelli lunghi al vento, senza casco. Naturalmente non volevo essere da meno e mi sono adeguato subito alla nuova moda. Ma solo per poco. Una riflessione assolutamente razionale mi ha convinto che è meglio fare arrampicata sempre con il casco. La testa è lo strumento più importante per gestire qualsiasi situazione mi si presenti. Quindi, per quanto possibile, la proteggerò.

Sono anche un ciclista. Il ciclista che non indossa il casco non lo fa tanto perché vuol essere ganzo, quanto per una questione di pigrizia. E c'è un altro argomento di peso: il casco rovina la pettinatura. Ora, se è importante essere razionale come alpinista, lo è ancora di più esserlo come ciclista. Il motivo è puramente statistico, visto che vado più spesso in bicicletta che ad arrampicare. Ecco perché non percorro nemmeno un metro senza casco. Nel frattempo le mie cadute in bicicletta sono tanto numerose quanto quelle dalle rocce e dal ghiaccio. Ma grazie al casco sono ancora in grado di scrivere i miei articoli.



Appassionato di sport e guida alpina, Benedikt Weibel è stato direttore delle Ferrovie Federali Svizzere (FFS)



13 anni fa Dieter Bänziger ha riportato un trauma cranico per un incidente in bici. E le conseguenze si fanno tuttora sentire.

## «La cicatrice fa parte di me»

**13 anni fa Dieter Bänziger (39 anni) ha subito un grave incidente in bici. Al momento dell'infortunio non indossava il casco. Oggi Bänziger, accompagnato da un agente di polizia, si reca nelle scuole e racconta la sua disavventura ai giovani per convincerli a usare il casco per bici. Testo: Regula Müller // Foto: Raffael Waldner**

Una partita dei Mondiali in una tiepida serata estiva. Dopo il fischio finale, Dieter Bänziger salta in bici per far ritorno a casa. Non indossa il casco per bici. È giovane, ha da poco compiuto 26 anni, lavora come barista e si gode la vita. Sta ancora pensando alla partita quando, all'improvviso, si trova davanti un cartello stradale spuntato dal nulla. Nell'urto perde l'equilibrio e batte la testa contro il cordone del marciapiede. Su di lui cala il buio. Seguono 34 giorni di coma e due anni di riabilitazione.

Nella caduta Bänziger subisce un grave trauma cranio-cerebrale. Dapprima i medici disperano di salvarlo. In seguito ritengono che passerà la vita nella sedia a rotelle. In una clinica specializzata per persone con lesioni cerebrali, Bänziger impara nuovamente a camminare con l'aiuto di un deambulatore. Più tardi, nella casa per invalidi di Friesisberg (BE), muove i primi passi senza presidi.

**«L'incidente ha distrutto il mio sogno di aprire un bar tutto mio»**

Oggi, a distanza di 13 anni, la cicatrice in testa resta ben visibile. Parlare e seguire una conversazione gli costa non poca fatica e a volte la memoria a breve termine lo tradisce.

### **Sensibilizzare all'uso del casco**

Bänziger ha trovato un nuovo impiego presso la casa per invalidi in cui ha mosso i primi passi. Lavora all'80 per cento nel retrocucina e gode del sostegno dell'AI. Per il semplice motivo che si diverte a farlo, nel tempo libero assiste gli altri ospiti della casa per invalidi.

Bänziger desidera che anche gli altri possano imparare qualcosa dalla sua vicenda. Perciò, insieme a un agente di polizia, si reca in una scuola di Aarberg a raccontare la sua disavventura durante la lezione annuale di educazione stradale. «I genitori e l'agente spiegano cosa potrebbe capitare se non si utilizza il casco. Io invece racconto quello che ho vissuto in prima persona».

Le sue parole fanno grande impressione sugli allievi che vogliono conoscere i postumi dell'infortunio e sapere se ha ancora mal di testa o se può di nuovo andare in bici. «Gli allievi devono saper trarre da soli le conclusioni dal

mio racconto. Io non posso obbligarli a indossare il casco». Ma nota che la sua visita fa scattare qualcosa nella loro testa. Alcuni gli chiedono addirittura di poter toccare la cicatrice. A lui non dà fastidio. «La cicatrice è ormai parte di me stesso e non voglio nasconderla». Bänziger si augura che i ragazzi mettano il casco non solo il giorno dopo la sua visita, ma ogni volta che salgono in bici.

### **Ridimensionare il suo sogno**

Prima dell'infortunio Bänziger sognava di aprire un bar tutto suo nel centro di Berna, un sogno che purtroppo si è infranto perché ha difficoltà a concentrarsi e si stanca molto facilmente. Perciò ha ridimensionato i suoi obiettivi. La prossima estate vorrebbe acquistare una bici nuova e fare qualche escursione poco impegnativa. Ha ritrovato il senso dell'equilibrio tanto da poter pedalare in sicurezza sulle strade secondarie. «Costeggiare l'Aar in una giornata di sole sarebbe proprio bello. Ovviamente con il casco».

# Tutto disponibile e ordinabile online

Dal nostro nuovo sito potete scaricare direttamente schede tematiche, opuscoli e liste di controllo di nuova pubblicazione inserendo il relativo codice. All'indirizzo [www.suva.ch/benefit-cedola-ordinazione](http://www.suva.ch/benefit-cedola-ordinazione) troverete invece l'elenco completo delle pubblicazioni citate nelle seguenti pagine.

## E-paper | Newsletter



Sottoscrivete la nostra newsletter: essa vi informa ogni mese su argomenti, campagne e proposte di attualità. Inoltre, abbonandovi alla versione e-paper di «benefit» riceverete l'ultimo numero direttamente nella vostra casella di posta elettronica.

- ➔ [www.suva.ch/newsletter-i](http://www.suva.ch/newsletter-i)
- ➔ [www.suva.ch/benefit-i](http://www.suva.ch/benefit-i)

## Macchine: valutare i rischi è d'obbligo, ma come fare?



Chiunque voglia immettere in commercio una nuova macchina deve soddisfare i requisiti essenziali di sicurezza e tutela della salute contenuti nella Direttiva macchine europea. La direttiva prevede che i fabbricanti e altri responsabili dell'immissione in commercio valutino e riducano sistematicamente i rischi dei loro prodotti. La valutazione dei rischi deve inoltre essere documentata. Cosa fare concretamente? Trovate le risposte in questa guida, integralmente rielaborata, che spiega punto per punto come soddisfare i requisiti della Direttiva macchine. Esempi pratici illustrano come utilizzare il metodo Suva per valutare e ridurre i rischi in modo efficace.

- ➔ Valutare e ridurre i rischi. Metodo Suva per le macchine // Guida per i fabbricanti e i responsabili dell'immissione in commercio // 76 pagine A4 // Codice 66037.i (solo PDF)

## Imparare dagli errori

### Riparazione fatale per un copritetto



Conoscete gli esempi di infortunio della Suva? Sono presentazioni elaborate da esperti della sicurezza che si basano su infortuni accaduti realmente e permettono di sensibilizzare il personale in modo mirato. Le domande fondamentali da porsi sono: quale regola vitale non è stata rispettata e come si possono evitare infortuni simili nella propria azienda?

- ➔ Panoramica: [www.suva.ch/esempi-infortuni](http://www.suva.ch/esempi-infortuni)

## La newsletter della Suva, più che mai d'attualità

Tenetevi sempre informati con la newsletter della Suva che, abbinata alle possibilità offerte dal nuovo sito web, vi permette di seguire l'attualità in tempo reale. Ogni mese vi aggiorna in tutta semplicità, via e-mail, su temi concernenti la prevenzione, l'assicurazione e la riabilitazione. Vi informa ad esempio sulle campagne e sulle novità in fatto di premi e assicurazioni, ma anche su temi più specifici riguardanti la sicurezza sul lavoro e nel tempo libero, su modifiche di legge o su possibilità di perfezionamento. E il concorso mette in palio fantastici premi. Iscrivetevi alla nostra newsletter!

- ➔ [www.suva.ch/newsletter-i](http://www.suva.ch/newsletter-i)

## A quali prestazioni si ha diritto in caso di malattia dovuta all'amianto?

Benché sia vietato dal 1990, l'amianto continua a rappresentare un pericolo per la salute dei lavoratori. Le malattie provocate da questo materiale possono infatti manifestarsi anche a distanza di 30-40 anni dall'esposizione. E l'amianto è potenzialmente presente in tutti gli edifici costruiti prima del 1990. La scheda tematica «Prestazioni per le malattie dovute all'amianto» spiega quali criteri devono essere soddisfatti affinché la malattia sia riconosciuta come malattia professionale e a quali prestazioni si ha diritto.

- ➔ Prestazioni per le malattie dovute all'amianto // Scheda tematica // 2 pagine A4 // Codice 3840.i (solo PDF)

## Nuove liste di controllo per l'individuazione dei pericoli in azienda



Chi trascura la sicurezza nel trasporto e nello stoccaggio di lastre di vetro rischia di subire un grave infortunio. Durante la movimentazione le lastre di vetro e gli altri prodotti di vetro piano devono assolutamente essere assicurati contro il ribaltamento e imbracati in maniera corretta. Il mancato rispetto di questa regola può avere conseguenze fatali. La nuova lista di controllo vi permette di verificare se il vetro viene manipolato correttamente nella vostra azienda.

È di recente pubblicazione anche la lista di controllo «Magazzino a corsie strette». Spesso l'operatore non ha una visuale completa quando è alla guida di un carrello elevatore in una corsia stretta. Dato che la distanza tra il lato del carrello e le scaffalature è inferiore a 0,5 m, questi spazi sono particolarmente pericolosi per i pedoni che vi si trovano assieme al carrello.

- **Trasporto e stoccaggio di lastre di vetro in azienda** // 6 pagine A4 // Codice 67194.i
- **Magazzino a corsie strette** // 4 pagine A4 // Codice 67197.i

## Lavorare da soli può essere pericoloso

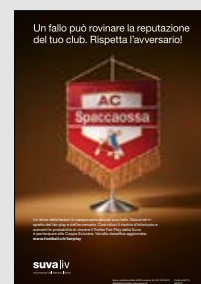


Quando si lavora da soli, aumentano le probabilità di commettere errori. Si rischia inoltre di non ricevere un aiuto tempestivo in caso di infortunio o di fronte a una situazione critica. Si impongono quindi adeguate misure di protezione.

L'opuscolo informativo, destinato a datori di lavoro, superiori e addetti alla sicurezza, è stato rielaborato. Illustra i principi da osservare e risponde a domande importanti. Ad esempio, come si possono valutare i pericoli specifici dei posti di lavoro occupati da una persona sola? Quali attività possono essere svolte dalle persone tenute a lavorare da sole e quali no? Come si devono sorvegliare le persone tenute a lavorare da sole? Anche questa lista di controllo è stata rielaborata integralmente.

- **I rischi del lavoro in solitudine** // Guida per i datori di lavoro e gli addetti alla sicurezza // 28 pagine A4 // Codice 44094.i
- **Persone tenute a lavorare da sole** // Lista di controllo // 4 pagine A4 // Codice 67023.i

## Da appendere in azienda



- **Le regole vitali possono salvare delle vite, a patto di spiegarle regolarmente.** // Manifestino A4 // Codice 55369.i
- **Le regole vitali possono salvare delle vite, a patto di vigilare sempre sul loro rispetto.** // Manifestino A4 // Codice 55370.i
- **Un fallo può rovinare la reputazione del tuo club. Rispetta l'avversario!** // Manifestino A4 // Codice 55371.i

## Aggiornamenti

- **Scaffalature e armadi a cassetiera** // 6 pagine A4 // Codice 67032.i
- **Sega a nastro** // 4 pagine A4 // Codice 67057.i
- **Opere speciali di genio civile: pali battuti e trivellati, diaframmi** // 4 pagine A4 // Codice 67160.i
- **Opere speciali di genio civile: lavori con tecnica spingitubo** // 4 pagine A4 // Codice 67162.i
- **Cippatrici** // 4 pagine A4 // Codice 67155.i
- **Carico e scarico di container e cassoni** // 4 pagine A4 // Codice 67174.i

## In breve

- **Indumenti ad alta visibilità per i lavori sulle strade pubbliche. Sicurezza grazie alla visibilità** // Scheda tematica // 2 pagine A4 // Aggiornata // Codice 33076.i (solo PDF)

I tuoi colleghi infortunati non vedono l'ora di riprendere il lavoro. Aiutali a tornare alla vita lavorativa.



Molti infortunati non vedono l'ora di ritornare a una vita normale. Noi li aiutiamo fornendo consulenza, prestazioni assicurative, assistenza traumatologica e riabilitazione. Aiutali anche tu a guarire prima, restando al loro fianco. Per maggiori informazioni: [www.suva.ch/reintegro](http://www.suva.ch/reintegro)

**suva**care  
prestazioni e riabilitazione